



## Chemins de traverse au Cambodge <sup>(THCA2)</sup>

### *Cambodge - Asie du Sud Est*

**10 jours**

*Prix à partir de 1825.00 EUR p.p.*

Niveau

|             |                                      |
|-------------|--------------------------------------|
| Type        | Liberté avec guide                   |
| Age minimum | 14 ans                               |
| Hébergement | Bungalow Hôtel Monastère             |
| Groupe      | de 2 à 10 personnes                  |
| Repas       | Selon programme                      |
| Encadrement | Guide local francophone              |
| Vol         | Bruxelles, Paris, Province ou autres |



**Thematika**

Bohey, 25  
L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Marchez jusqu'au coeur de la culture bouddhiste où zénitude et instants privilégiés seront au rendez vous. Escapade sur les plages mythiques et encore intactes du Cambodge en fin de séjour pour vos plus beaux souvenirs.**

### JOUR 01 : SIEM REAP

Accueil par votre guide cambodgien francophone à l'aéroport de Siem Reap et transfert à votre hôtel (Chambre disponible à partir de 14h00).

Déjeuner - LIBRE - à votre charge.

L'après-midi visite du musée Panorama Museum pour une introduction à la découverte du parc archéologique d'Angkor. La première partie de ce musée est consacrée à la présentation des principaux temples d'Angkor, vous continuez par une immersion au milieu d'un décor avec peinture réaliste à 360 degrés présentant les différents éléments de la vie quotidienne à l'époque angkorienne. Vous finissez par la projection d'un film d'animation expliquant l'incroyable organisation nécessaire à la construction du site. Dîner - LIBRE - à votre charge. Nuit à l'hôtel.

### JOUR 02 : SIEM REAP - ANGKOR AVEC GUIDE

Première découverte du site archéologique d'Angkor. Vous quittez votre hôtel en tuktuk pour atteindre la colline de Phnom Bakheng avant que le jour ne se lève. Du sommet vous observez le soleil se lever sur la forêt angkorienne. Vous descendez la colline pour vous diriger vers un petit village ancestral de maisons en bois et feuilles de palmier. Petit-déjeuner non loin de la maison de la guérisseuse du village pour observer des pratiques ancestrales qui seront bientôt disparues. A pied vous continuez pour atteindre la digue du Baray Occidental. La marche sur la digue passe par une première pagode avant d'atteindre le temple du Mebon (à pied ou en bateau suivant la saison) situé au centre de ce réservoir angkorien. L'accès au temple du Mebon se fera en bateau ou à pied suivant le niveau d'eau du réservoir (20min. de navigation ou 3Km de marche). Le temple du Mebon étant actuellement en cours de rénovation par l'Ecole Française d'Extrême Orient le site se visite uniquement depuis l'extérieur.

Déjeuner pique-nique dans les bungalows très prisés des familles cambodgiennes. (Baignade possible)

L'après-midi vous reprenez la marche sur la piste sablonneuse de la digue. Arrêt pour découvrir quelques sites préangkoriens visiblement antérieur à la construction du réservoir. Vous quittez le réservoir pour une balade sur un chemin de terre rouge au milieu des villages. Arrêt en cours de route pour découvrir les activités locales et saisonnières. Transfert retour à votre hôtel en fin d'après-midi.

Dîner - LIBRE - à votre charge. Nuit à l'hôtel à Siem Reap.

### JOUR 03 : SIEM REAP - ANGKOR - AVEC GUIDE

Petit déjeuner pique-nique sur le site d'Angkor

Départ de votre hôtel en véhicule pour assister au lever de soleil à Angkor Wat. Ce monument datant du début du 12eme siècle est un chef d'œuvre d'architecture, retraçant sur ses galeries les batailles épiques de la mythologie hindouiste ainsi que les grandes étapes de la culture de l'époque. Vous gravissez la tour central de Bakan pour y admirer les plus belles déesses et dominer l'ensemble de ce temple montagne. La visite de la tour de Bakan à Angkor Wat nécessite de couvrir les épaules et les genoux. Le port d'un foulard n'est pas permis. La tour de Bakan est fermée au public les jours bouddhistes, 1 fois par semaine. Vous quittez le temple à pied et longez la douve avant de vous enfoncer dans la jungle sur un petit sentier. Arrêt en cours de route pour visiter les ruines de Kapilapura. Vous gravissez la muraille de la cité royale d'Angkor Thom pour atteindre la porte de la victoire. Vous poursuivez à pied pour découvrir quelques monuments oubliés d'Angkor Thom.

Déjeuner dans un restaurant local sur le site.

L'après-midi balade à travers les principaux monuments, Vous débutez par la terrasse des éléphants ou les rois assistaient aux processions puis continuez à travers le parc du palais royal et le temple de Phimeanakas avant de rejoindre le Baphuon que vous gravissez. Vous enchaenez par la découverte du Bayon et ses 50 tours à

visages, représentant le sourire d'Angkor. Vous y découvrez les bas-reliefs retraçant la vie quotidienne et les coutumes de l'époque. Vous quittez Angkor Thom en véhicule pour effectuer les 35Km qui sépare le site de Banteay Srei, citadelle des femmes aux sculptures d'une qualité exceptionnelle. Retour à votre hôtel en fin de journée. Dîner - LIBRE - à votre charge. Nuit à l'hôtel à Siem Reap.

#### **JOUR 04 : TONLE SAP - ANGKOR - AVEC GUIDE**

Petit déjeuner à l'Hôtel.

Transfert en véhicule de bon matin pour atteindre les 3 tours de briques du Batchum. Vous commencez la marche à travers les rizières pour atteindre le bassin de Srah Srang. Vous atteignez le village de Rohal et son marché local. A travers les rizières vous découvrez les ruines du petit temple de Kuticvara avant de visiter le Ta Prohm, un ancien monastère réputé pour le charme des racines des fromagers enlaçant les blocs de pierre. Vous continuez sur un sentier en passant par un village où l'on fabrique des instruments de musique. Le chemin passe par le temple de Ta Nei perdu dans la forêt avant d'arriver au temple de Preah Khan et ses dédales de portes qui cachent certaines de plus belles sculptures. Déjeuner dans un restaurant local.

L'après-midi vous naviguez sur des pirogues pour atteindre le Neak Pean et ses bassins purificateurs. L'accès au temple Neak Pean se fera en bateau lorsque le niveau d'eau du réservoir sera suffisant. Suivant les conditions locales l'itinéraire en pirogue sera ajusté en fonction des possibilités (1h30 de navigation ou 30min. avec 2Km de marche ou 4Km de marche si la pirogue est impossible durant la saison sèche (avril/mai). Vous continuez à travers les restes de la forêt inondée peuplée de nombreuses espèces d'oiseaux. A pied vous rejoignez le petit temple de Ta Som et sa porte Est envahie de racines. Vous continuez à pied pour rejoindre le temple du Mebon au centre du Baray Oriental et finissez cette journée en gravissant les marches du temple de Pre Rup pour observer le coucher de soleil au sommet de ce temple montagne. Dîner - LIBRE - à votre charge. Nuit à l'hôtel à Siem Reap.

#### **JOUR 05 : SIEM REAP - TBENG MEANCHEY - AVEC GUIDE**

Petit déjeuner à l'Hôtel. Route en direction de la province de Preah Vihear. Arrêt en cours de route pour découvrir le site de Koh Ker, ancienne capitale du royaume khmer pendant une quinzaine d'années dans la première moitié Xème siècle. Le site qui s'étend sur 36 km<sup>2</sup> compte une quarantaine de temples perdus dans la végétation. Eloigné d'Angkor, il n'a pas bénéficié jusqu'ici des efforts de fouilles et de restauration de sa rivale. Il n'en recèle pas moins des vestiges très intéressants et parfois bien conservés que vous aurez le plaisir de découvrir quasiment seuls. Déjeuner dans un restaurant local.

A pied vous commencez par gravir la colline avant de continuer sur le plateau rocheux sur un sentier qui sillonne la forêt. Observation en cours de route des plantes médicinales et des insectes qui peuplent cette zone isolée. Repos au bord de la rivière avant votre installation à la petite pagode où vous passerez la nuit. Vous entendrez au loin les cris des hordes de singes peuplant cette forêt que sont inaccessibilité a préservé des hommes. Dîner et nuit à la pagode.

#### **JOUR 06 : TBENG MEANCHEY - AVEC GUIDE**

Petit déjeuner à l'Hôtel. Journée de marche à travers la forêt sur le plateau. Vous découvrez une cavité rocheuse aménagée pour la retraite et la méditation dans la jungle puis, non loin de la piste, des grottes refuges pour les bucherons et chasseurs de la région. Vous traversez les rivières qui sillonnent le plateau avant d'arriver sur le site de l'ancien village où ne subsiste que quelques poteries et le souvenir des récits de ceux qui ont connu la vie de cette communauté isolée.

Déjeuner pique-nique au bord de la rivière.

Vous poursuivez la marche et arrivez sur des vestiges angkoriens, signes visibles de l'implantation ancienne des communautés sur le plateau. Vous vous enfoncez plus profondément dans la jungle avant d'atteindre le seul village situé sur les hauteurs. Installation à la pagode où vous passerez la nuit. La pagode est située au bord d'une falaise avec une vue à couper le souffle. Ce lieu reculé est propice aux ermites et aux moines cherchant un lieu de méditation. Dîner et nuit à la pagode.

#### **JOUR 07 : TBENG MEANCHEY - PHNOM PENH - AVEC GUIDE**

Petit déjeuner à l'hôtel. Au bord de la falaise vous observez les nuages s'élever depuis la plaine. Après le petit-déjeuner vous continuez à pied pour atteindre une rivière et sa cascade (suivant la saison) très prisée des cambodgiens. Le chemin débouche sur une pagode en haut d'un immense escalier utilisé par les pèlerins. Vous continuez à l'arrière d'un pickup 4x4 pour rejoindre votre véhicule. Déjeuner dans un restaurant local en cours de route.

Route à travers les provinces de Kampong Thom et de Kampong Cham pour atteindre la capitale Phnom Penh.

L'occasion de voir la campagne cambodgienne avec ses paysages de rizières parsemées de « Thnot », l'emblématique palmier à sucre du Cambodge. En cours de route arrêt pour déguster les mygales du marché local de Skun, l'un des nombreux insectes très appréciés par les Cambodgiens. Installation à votre hôtel en fin de journée. Dîner et croisière au coucher de soleil pour observer la ville construite autour de la jonction des fleuves Tonle Sap et MeKong. Admirez la vue imprenable de nuit sur Phnom Penh. Nuit à l'hôtel.

#### **JOUR 08 : PHNOM PENH - KEP**

Petit déjeuner à l'Hôtel. Après le petit-déjeuner visite des principaux monuments de la capitale avec le Palais Royal et ses nombreux bâtiments. Vous apercevrez notamment la résidence principale du roi Sihanouk. Vous enchaînez par la visite de la Pagode d'Argent, au sol pavé de 500 blocs d'argent de 1kg, chacun. Elle abrite les fresques inspirées du Ramayana et autres trésors de la couronne ainsi qu'une très belle collection de bouddha.

Visite du Musée National qui abrite, dans un bâtiment construit par un architecte français dans le style khmer, de très riches collections d'art khmer, notamment de statuaire. La plupart des objets viennent du site d'Angkor.

Déjeuner dans un restaurant local.

L'après-midi route pour le littoral et la province de Kep. Vous quittez les rues encombrées de la capitale avant de rejoindre l'ancienne cité coloniale de Kep, réputée pour son marché aux crabes et ses plantations de poivre.

Installation à votre hôtel en fin de journée. Dîner - LIBRE - à votre charge. Nuit à l'hôtel à Kep.

#### **JOUR 09 : : KEP - ILE DES LAPINS - AVEC GUIDE**




Petit déjeuner à l'Hôtel. Balade dans le marché aux crabes pour y découvrir les spécialités culinaires locales avant d'embarquer sur un bateau de pêcheur pour atteindre l'île aux lapins (30 min. de navigation) et ses plages de sable blanc. Repos et baignade sur la plage avant le déjeuner. Déjeuner de fruit de mer dans un restaurant local. L'après-midi départ à pied à la découverte de cette île déserte par les petits sentiers à travers la forêt et sur les petites plages oubliées. Navigation retour et transfert à votre hôtel en fin d'après-midi. (45min. de marche) Dîner - LIBRE - à votre charge.

#### **JOUR 10 : KEP - PHNOM PENH - DÉPART - AVEC GUIDE**

Petit déjeuner à l'Hôtel. Temps libre avant votre transfert pour l'aéroport international de Phnom Penh.

Déjeuner et dîner - LIBRES - à votre charge.

## Dates et prix

|   |   |   |        |       |
|---|---|---|--------|-------|
|  Promotion |  Départs complet |  Départ assuré |        |       |
| Destination   | Thème   | Départ  | Retour | Durée |

## Info pays



### Cambodge

Ce pays de plaines, au niveau ou sous le niveau de la mer, coïncé entre Thaïlande, Laos et Viêtname, est "dominé" par le lac Tonlé Sapp &#150; l&#146;un des plus grands du monde &#150; et le Mékong. Le courant de ce fleuve se renverse à la saison des pluies pour remplir cette véritable mer intérieure. Sous un climat tropical, s&#146;étend un vaste écosystème de forêt inondée. Au sud, les fameuses plages de sable blanc constituent un lieu idéal pour la détente. Bouddhistes ou musulmans, les Cambodgiens vous accueillent arborant leur sourire légendaire.

### Formalités administratives

### Conseil(s) santé

## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Vous préparer à partir

#### Préparation physique

#### Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

#### Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclair latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et baché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts



**Thematika**

Bohey, 25  
L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) +352 20 33 12 25

- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO  
[www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

#### > Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.
- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

#### > Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.